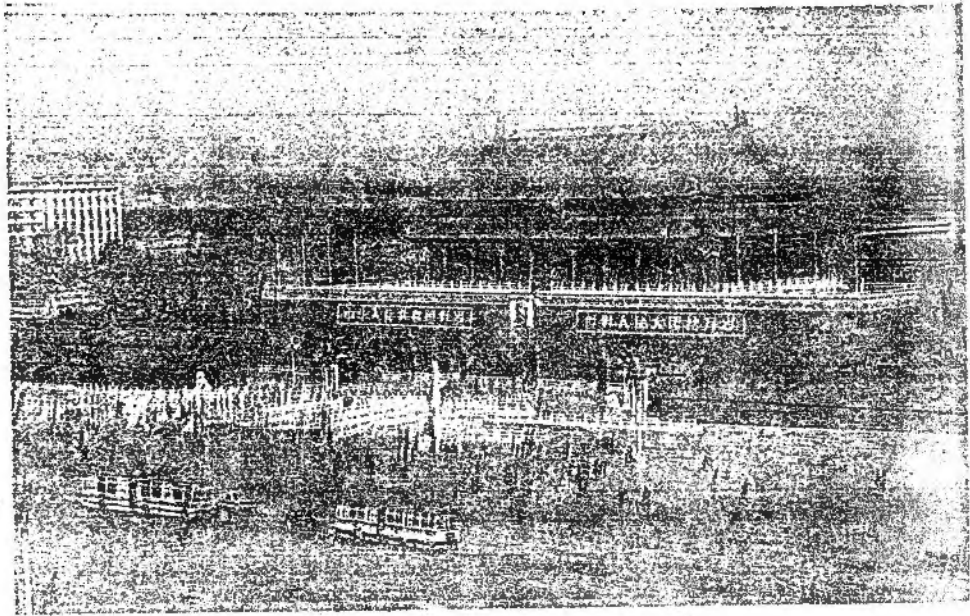
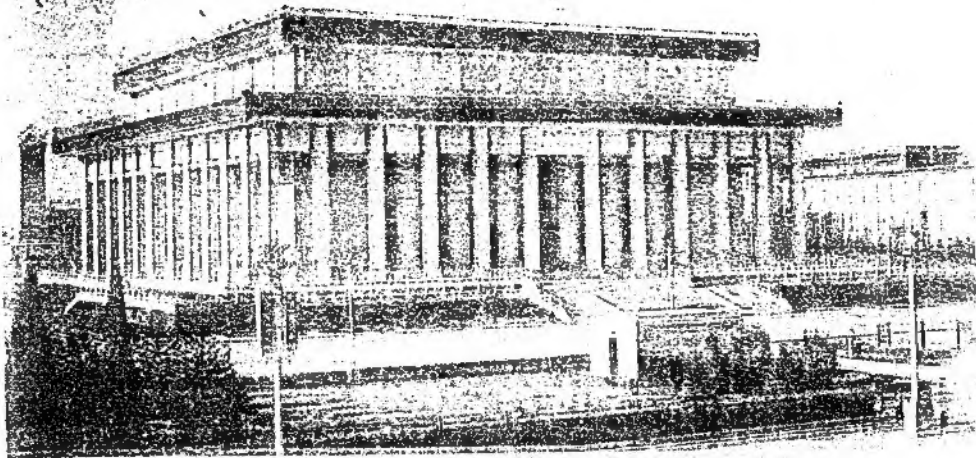




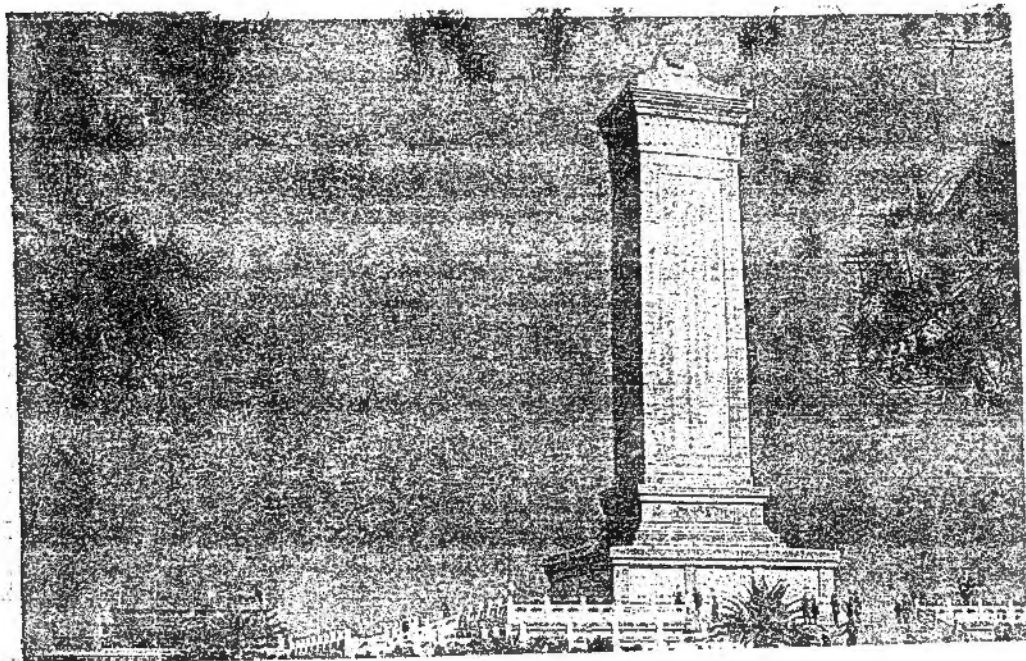
3. བེ་ཅིན།

བེ་ཅིན་ནི་རང་ཀྱལ་གྱི་ཀྱལ་ས་ཡིན། ཏང་གྲུང་
དབྱུང་དང་ཀྱལ་སྲིད་སྲི་བྱུང་ཁང་ཡང་བེ་ཅིན་རུ་
ཡོད།
 中央
 國務院

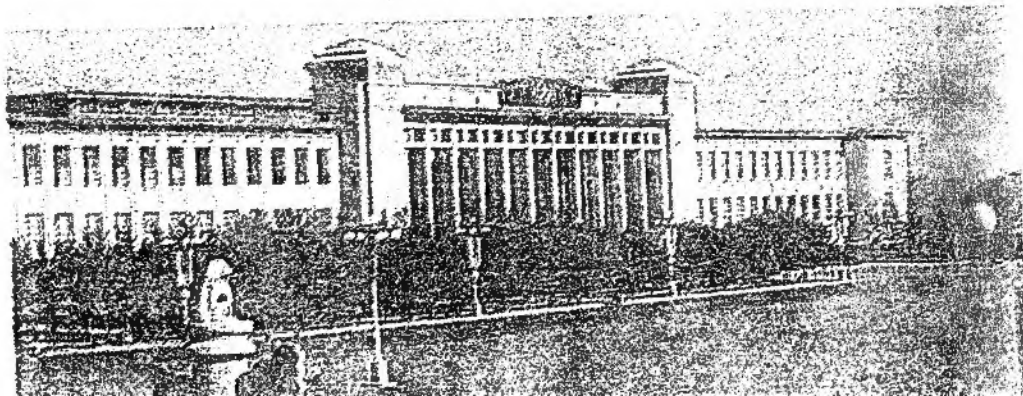
གནམ་བདེ་སྤོ་མ་ཆེན་པོ་བེ་ཅིན་གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་.....
དབྱུང་སྤྱི་ཡོད་ལ། མཁར་གྲུང་དམར་པོ་དང་གྱི་
མ་སར་བོ་ཡིན་ཏེ། རྩམ་བཞིན་ཆེ་ཞིང་ལྷ་ན་ལྷག་
 天安門
 中央中心
 聲勢. 威武. 威嚴



གནམ་བདེ་སྒོ་མ་ཆེའི་མདུན་ཕྱགས་ནི་ཡང་ས་
 མིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཐང་ཆེན་ཡིན། ཐང་ཆེན་དའི་
 དཀྱིལ་དུ་མི་དམངས་དཔའ་བོ་རྗེས་དྲན་རྩ་རིང་...
 བཞེངས་ཡོད་པ་དང་། དེའི་སྐོར་ཕྱགས་སུ་མའོ་
 གུ་ཞི་རྗེས་དྲན་ཁང་ཡོད། རུབ་ཕྱགས་ན་མི་



ཕེ་ཅིན་རུ་ད་རུང་གནའ་ཤལ་གྲགས་ཅན་.....
 དང་མཛེས་སྡེངས་ཡིད་རུ་འོང་བའི་སྡེང་གའང་....
 ར་ཅང་མང་ལ། སྡེང་སྡེང་གི་གང་ས་གང་རུ་ཤིང་



སྒྲིང་དང་གསར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཁང་བཅེགས་.....

མཚོན་པོས་ཁང་ས་འདུག
新 建 興 修

པེ་ཅིན་ནི་རི་འདྲའི་མཛེས་པ་ལ་ཨང་། ང་ཚོ་
ནི་མེས་ཀྱལ་གྱི་ཀྱལ་ས་སྟེ་པེ་ཅིན་ལ་དགའ།

ཐུང་གཞི།

1. སྒྲིབ་ཚན་འཁྱེད་སྟོན་ཐུབ་པ་བྱས་ཇིས་རི་མོར་བསྐྱུས་ནས་དྲི་བར་.....
ལན་གདབ་དགོས།

(1) རི་མོའི་སྟེང་ན་པེ་ཅིན་གྱི་གནས་གང་དག་ཡོད་པ་.....
དང་། གང་དག་གིས་པེ་ཅིན་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་
འོང་བ་མཚོན་ཐུབ།

(2) བྱོད་རང་པེ་ཅིན་ལ་དགའ་བ་ཡིན་ནམ། ཅིའི་བྱིར།

2. གཤམ་གྱི་མིང་ཆོག་གི་དག་ཆ་རེས་དགོས་པ་དང་དཔོན་འབྲི་བྱ་.....
དགོས།

པེ་ཅིན། ཀྱལ་ས། མཁར་གུང་། རྩེ་མ།

མཛེས་སྡེ་སྟེང་། སྒྲིང་ག་ ཁང་བཅེགས།

མང་གཞི་སྒྱུར་བཟུང་ 1

གཅིག་ བཟུང་བ་དང་རྩིས་འཛིན།

1. སྒྲ་གཞུགས་བཟུང་ཐུ།

འགྲམ་——གྲམ། ཐུག་——འཐུག

དབྱུས་——འབྱུས། བྱིངས་——དབྱིངས།

ཞོགས་——ཐོགས། འཕྱར་——འབྱར།

འདབ་——བཏབ། སྒྲིན་——སྒྲིན།

2. རྩིན་བཟུང་ཐུ།

གཡས་——གཡོན། མང་——ཁུང་།

དཀར་——ནག་ བཅོ་——དམའ།

གཉིས། བཟུང་དེས་སྒྱུར།

1. གཤམ་གྱི་བཟུང་གྱི་ནང་རྩིན་འཆད་བ་དང་དཔོན་འབྲི་བ་དགོས།

སྒྲིན་དཀར། སྒྲི་མ། ཐོན་ཤིང་། ཁུང་བ།

བྱམས་བཅོ། འོ་བཟུལ། ཞོགས་པ། ཐོ་མ།

ཁང་བཅོགས། སྒྲིང་ག། ཐུལ་ས། བེ་ཅིན།

釋如悲

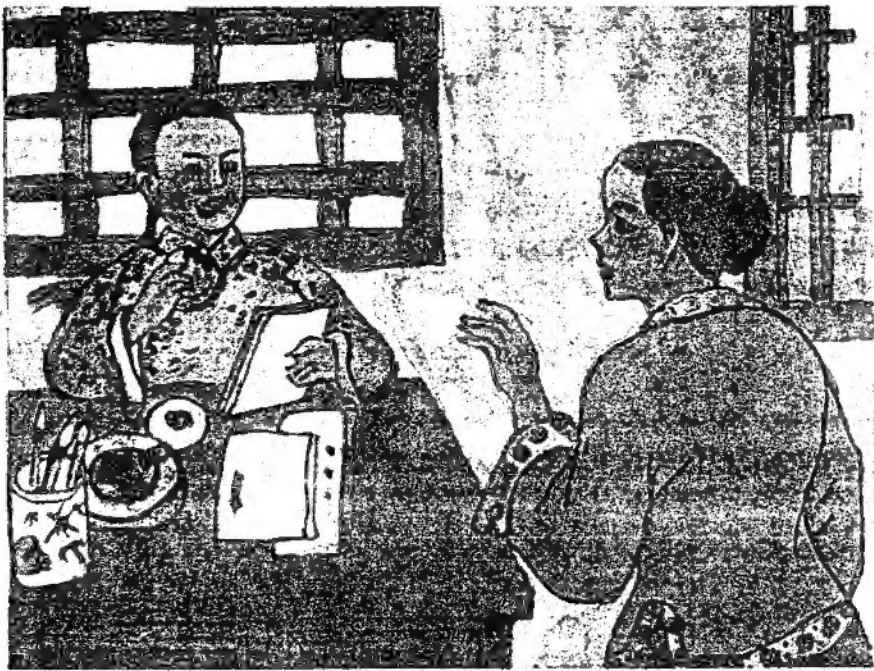
釋如

4. ལྷག་ཆ་བཟས་པ།

སྤོ་བ་ཁྱིན་དབྱི་ལགས་དགུང་ལ་གཞོན་དུས་……
དེ་ཆ་སློག་པར་ཏ་ཅང་དགའ།

ཐེངས་ཤིག་ལ་ཁོང་གིས་དེ་ཆར་གཟིགས་……

སྐབས། མ་ཡུམ་གྱིས་ཁུར་བ་དང་ཏིལ་གྱི་སྦྱོ་མ་
母親



ཁྱེད་འོངས་ཏེ་བསྐྱེས་ནས་བཞེས་རོགས་ཟེར།

ཁོང་གིས་ཁྱེད་ལ་བཞེས་ཞོར་དུ་དཔེ་ཆར་.....

གཟིགས། མདུན་ཅོག་སྒྲིང་ན་སྒྲག་བུམ་ཞིག་ཡོད་

པས། ཁོང་གིས་ཁྱེད་ལ་སྒྲག་ཆར་བསྐྱེས་ནས་

བཞེས་ཤིང་ཞིམ་སྒྲང་དགོངས།

མ་ཡུམ་ནང་དུ་འོངས་ནས་ཁོང་གི་ཞལ་སྒྲོས་...

ཐུ་ནང་ཆང་མ་སྒྲག་ཆ་ཡིན་པ་མཐོང་སྟེ། ཏ་ལས་

པའི་ངང་ཇི་འདྲ་འདུག་ཟེར་བ་ལ། ཁོང་གིས་ད་

གཞོན་རང་གིས་བསྐྱེས་པ་ནི་སྒྲག་ཆ་ཡིན་པ་ཤེས།

མ་ཡུམ་གྱིས་སྒྲིང་བཙེ་བའི་ངང་ཁོང་ལ་ཞལ་...

སྒྲོས་བཤལ་དུ་བརྒྱག། ཁོང་བཞད་བཞིན་སྒྲག་ཆ་

ཅུང་ཟད་བབས་པར་སྒྲུན་མེད་དེ། ངའི་ཁོག་ན་

སྒྲག་ཆ་ཅུང་དྲགས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས།

ལྷན་གཞི།

1. སྒྲིབ་ཚན་བསྐྱུགས་ནས་དྲི་བར་ལན་གདབ་དགོས།

(1) སྒྲིབ་ཚན་གྱི་དབྱེད་ལ་གཞིན་དུ་ཅི་འདྲི་བྱེད་ཀྱང་།

བསྐྱུག་ཚུལ་བསྐྱུགས་ནས་བཞེས་པ་རེད།

(2) ངའི་ཁོག་དུ་སྐྱུག་ཚུལ་ཁྱེད་དུ་གསུངས་པ་རེད་ཅེས་པའི

“སྐྱུག་ཚུལ་” ཡིས་ངའི་ཁོག་སྐྱུག་པ་རེད།

2. གཤམ་གྱི་མིང་ཆོག་གི་དག་ཚུལ་དུ་གསུངས།

སྐྱུག་ཚུལ། ལྷན་པ། བསྐྱུགས་པ། ཞེས་སྐྱུག་པ།

སྐྱུག་བྱུང་། བཤམ་པ། ཞེས་སྐྱུག་པ། སྐྱུག་པ།

3. གཤམ་གྱི་དཔེ་ལྷན་ཆོག་བསྐྱུག་དགོས།

ཁོང་གིས་སྐྱུག་ཚུལ་ཁྱེད་ཟུང་བཟུངས་པར་སྐྱུག་མིང་

ཅེས་བཤད།

མོས་_____ཟེར།

ངས་_____ཞེས་བཤད།

4. སྒྲིབ་ཚན་གདབས་སྐྱུག་ལེགས་པ་བྱ་དགོས།

5. སྐར་མ་ཚི་བའི་བྱིས་པ།

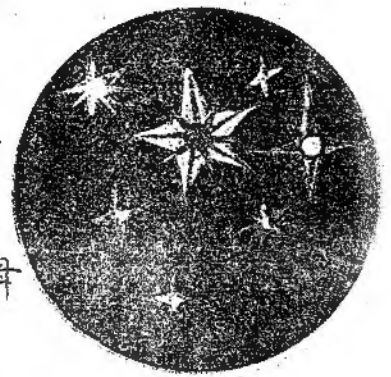
མཚན་མོར། གྲངས་མེད་

སྐར་མས་ནམ་མཁའ་ཁེབས། ར་

སྐར་ནང་དུ་བྱིས་པ་ཁྱེད་ཨ་ཕྱོ་

ལ་བསྐྱོས་ཤིང་གནམ་ལ་བརྟུས་

ཏི་སྐར་མ་ཚི་བའི་ཕྱིན་ཡོད།



ཨ་ཕྱོ་དགོད་ཞོར་དུ་བྱིས་པ་སྐྱོན་པ། ཡང་སྐར་

མ་ཚི་བའི་ཕྱིན་ཡོད་.....

དམ། སྐར་མ་དེ་འདྲ་

མང་ཞིང་ངེས་མེད་...

དུ་རྒྱ་བས་ཚི་བྱུབ་.....

བམ་ཞིས་བཤད།



བྱིས་པས། ཨ་མྱི་ལགས། སྐར་མ་ངེས་མེད་དུ་
རྒྱ་བ་མིན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོས་དང་། སྐར་མ་འདི་དང་
སྐར་མ་ཀན་གཉིས་ཀྱི་བར་ཐག་ནམ་ཡང་དེ་འདྲ་
རེད་ཅེས་ཟེར།

ཨ་མས་ཚུར་འོངས་ནས་བུ་ཚུང་ཁྱོད་ཀྱིས་.....
བསྟོས་པ་ཏ་ཅང་ཞིབ། སྐར་མ་འགྲུལ་ཡང་བར་
ཐག་མི་འགྱུར། ང་ཚོའི་ཡབ་མེས་རྣམས་ཀྱིས་དེ་
དག་སྐར་དང་ཁག་བཤོས་ཤིང་མིང་ཡང་བཏགས་
ཡོད་ཅེས་བཤད་བཞིན་བྱང་སྟགས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་
བསྟན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོས་དང་། སྐར་མ་བདུན་པ་
དེ་ལ་བྱང་སྐར་སྟུན་བདུན་ཟེར། དེ་དང་ཚུང་ཉི་
བའི་སྐར་མ་དེ་ལ་སྐར་མ་ཨ་བརྟན་ཟེར། བྱང་
སྐར་སྟུན་བདུན་ཀྱིས་སྐར་མ་ཨ་བརྟན་ལ་སྐར་བ་

ཡུང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཤད།

བྱིས་པ་དེས་ཨ་མས་ཀྱི་སྐད་ཆར་བསམ་སྒྲོ་.....

བཏང་ནས་མཆན་རྒྱུ་ཐོར་གཉིད་མ་ཁྱགས་པས།
全部 整個

ཐེངས་འགར་མལ་ནས་ལངས་ཏེ་སྐར་མར་བརྟམས་
 པ་ན། བྱང་སྐར་ཐུན་བདུན་བྱིས་དངོས་གནས་



སྐར་མ་ཨ་བརྟན་ལ་དལ་.....

བྱིས་སྐར་བ་བྱེད་བཞིན་.....

ཡོད་པ་དེ་ཁོས་གསལ་.....

ཐོར་མཐོང་།

སྐར་མ་ཅི་བའི་བྱིས་པ་

དེའི་མིང་ལ་གྲང་ཏིན་.....

ཟེར། ཁོ་ནི་ཏུན་རྒྱལ་

རབས་སྐབས་ཀྱི་མི་ཡིན།
漢

ཁོ་ནར་སོན་རྗེས་གནམ་རིག་ལ་དཀའ་སྤྱད་གྱིས་

བཙོན་ཞིབ་བྱས་ཏེ། ^{天 文}གནམ་རིག་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

探求

ཟུང་གཞི།

1. སློབ་ཚན་བསྐྱགས་ནས་དྲི་བར་ལན་གདབ་དགོས།

(1) ཨ་ཕྱིས་ཇི་ལྟར་བཤད། གྲང་ཉིན་གྱིས་དེ་ལ་ལན་ཇི་

ལྟར་བཏབ།

(2) ཨ་མས་གྱིས་ཇི་ལྟར་བཤད། གྲང་ཉིན་གྱིས་དེ་ལ་

བསམ་སློབ་ཇི་ལྟར་བཏང་བ་དང་ཇི་འདྲ་བྱས།

(3) གྲང་ཉིན་གནམ་རིག་པ་ཞིག་ལ་གྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་

ཅི་རེད།

2. གསལ་གྱི་མིང་ཆོག་གི་དག་ཆ་རེས་དགོས་ཤིང་དཔོན་འབྲི་བྱ་དགོས།

བྱང་སྐར་སྤྱན་བཏུན། སྐར་མ་ཨ་བཏུན།

བྱིས་པ་སྤྱན་པ། དཀའ་སྤྱད་བཙོན་ཞིབ།

3. གསལ་གྱི་ཆོག་བཀོལ་ནས་སྐད་ཆ་ཚན་པ་རེ་བཤད་དགོས།

གཉིད་མ་ཁུགས། བྱིས་པ་སྤྱན་པ་དང་།

7. ང་ལ་དགོས་པ་ནི་ཀྲ་བ་ཡིན།

瓢瓜 39

སྤ་མོ་ཞིག་ལ། མི་ཞིག་གིས་ཀྲ་བ་རྒྱང་གཅིག་
 བཅུག་སྟེ། ཀྲ་བ་འོ་ཟུ་གྲུ་རིམ་བཞིན་ཡར་སྐྱེས་ཤིང་
 སྤ་འདྲ་བ་རབ་རྒྱ་རྒྱས་པ་ལ། མི་ཏྲོག་དཀར་པོ་
 རྒྱུ་རྒྱུ་མང་པོ་བཞུད། མི་ཏྲོག་རྣམས་ལྷུང་རྒྱུ་སྤྲོས།



ཀྱ་བ་རྒྱུ་རྒྱུ་འགའ་ཐོགས་ནས་མར་འཕྱང་.....
འདུག མི་དེ་རབ་རྩ་དགའ་ནས་ཉིན་རེར་ཐེངས་
འགའ་ལྟ་རུ་སོང་།

ཉིན་ཞིག ལ་མའི་སྤྱང་རྩ་གཞོད་འབྱུ་འགའ་
འབྱུར་ཡོད་པ་ཁོས་མཐོང་མོད། ལ་མ་འདི་འདྲ་
མང་བ་ལ། གཞོད་འབྱུས་བ་བར་དོགས་དགོས་
དོན་མེད་སྟེ།

བྱིས་མཆོས་རྒྱ་པོ་ཞིག་གིས་དེ་མཐོང་ནས་.....
ཁོ་ལ།

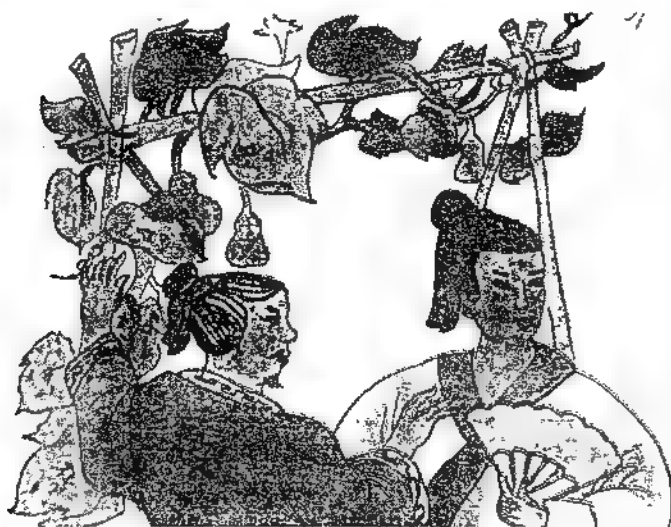
ཀྱ་བའི་ལ་མར་གཞོད་འབྱུ་ཞུགས་པས།
མ་འདུག་ལྟར་རྩ་ཆར་གཙོད་བྱས་ཤིག།
ཅེས་ཟེར་བ་ལ། མི་དེས།
གཞོད་འབྱུ་ཆར་གཙོད་ཅི་ལ་དགོས།

ང་ལ་དགོས་པ་ཀུ་བ་ཡིན།

འདྲ་ཡིས་ལོ་མ་བཟས་ཚར་ན།

ཀུ་བ་རྒྱས་སྟོབས་ལྷག་པར་ཆེ།

ཞེས་ལན་བཏབ།



དེ་ནས་ཉིན་འགའ་འདས་ཇིས། ལོ་མའི་སྟེང་

གི་གནོད་འདྲ་ཇི་མང་ཏུ་གྱུར། ཀུ་བ་རྒྱུང་ཏུ་

ནམས་རིམ་བཞིན་སེར་པོར་གྱུར་ནས་རེ་རེ་.....

བཞིན་ས་ལ་སྤྱང་ངོ་།

ཐུང་གཞི།

1. སྒྲིབ་ཚན་བསྐྱུགས་ནས་དྲི་བར་ལན་གདབ་དགོས།

(1) དང་ཐོག་ཀྱང་སྒྲིབ་ཚུལ་ཇི་འདྲ་རེད། བར་དུ་
དོན་དག་ཅི་ཞིག་བྱུང་། ཐ་མར་ཀྱང་ཇི་འདྲ་
བྱུང་།

(2) ཀྱང་འདི་བས་མཁན་དང་བྱིས་མཆོས་རྒན་པོ་.....
གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་བཤད་པ་བདེན།

2. སྒྲིབ་ཆ་བསྐྱུང་བ།

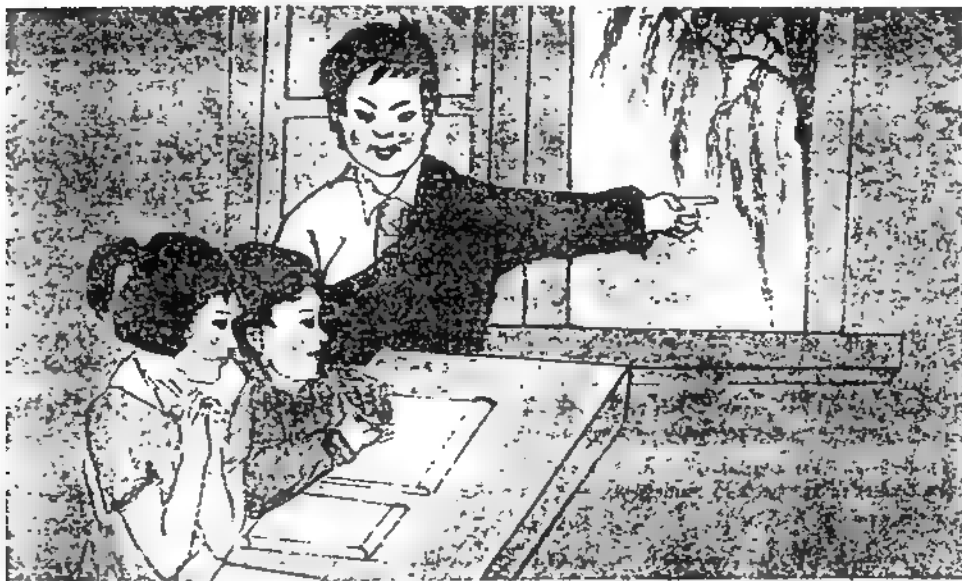
ཀྱང་འདི་ལོ་མར་() ཞུགས་པས། །མ་འདུག་
བྱུང་ཤིག་། འདུ་ཡིས་(མཐུག) བཟུང་ཆར་ན། །
ཀྱང་(མཐུག) ཞུགས་པར་ཆེ།

3. གཤམ་གྱི་མིང་ཆོག་གི་དག་ཆ་རེས་དགོས་ཤིང་། དེ་དག་བསྐྱུགས་
ཆོག་རེ་བཤད་དགོས།

གནོད་འབྱ། ཆར་གཅོད། ཐེངས་འགའ། ཀྱང་
བྱིས་མཆོས། ཐོགས། རྒྱང་གཅིག

8. སང་ཉིན་ད་རུང་སང་ཉིན་གྱི་བྱ་བ་ཡིད།

དབྱར་གནང་སྐབས་ཀྱི་ཉིན་ཞིག་གི་ཕྱི་རྒྱུ།
རབ་གསལ་དང་ཤེས་རབ། བདེ་སྲིད་གསུམ་གྱིས་
ཁང་བའི་ནང་དུ་ལས་བྱ་སྐབས་ཀྱི་ན་འདུག།



ཏུ་མའི་ཕྱི་རྩལ་གྱི་ལྷ་དང་སྒྲིང་སྒྲིང་ནས་བྱ་བྱེད་
好.出色 外面.
 ལྷ་ཚོགས་གྲགས་པས་འདྲ་འཛི་ཆེ། ཤེས་རབ་གྱིས་
聚集集合
 ཏུ་མའི་ཕྱི་རྩལ་ཏུ་བལྟས་ཆོ། གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་
 འགའ་སྒྲིང་བོའི་གྲིབ་བསིལ་འོག་ཏུ་སྒྲོ་དགའི་.....
 ཆེད་མོ་ལྷ་ཚོགས་ཆེ་བཞིན་ཡོད།

ཁོ་འདྲག་མ་བཟོད་པར་རེད་ཚོའང་ཕྱི་ལ་ཆེ་
我 們
 ཏུ་འགྲོ་བེར་བ་ལ། རབ་གསལ་གྱིས་ཅུང་ཙམ་
 ཟུགས་དང་། ད་ལྟ་ཚང་མས་ལས་བྱ་མ་འགྲུབ།
 ལས་བྱ་འགྲུབ་རྒྱས་ང་ཚོ་ལྷན་ཏུ་འགྲོ་བེར།

དེ་ནས་ཅུང་འགོར་རྒྱས། ཡང་ཤེས་རབ་གྱིས་
 ང་ཚོ་སྒྲིང་བསིལ་འོག་ཏུ་སོང་ནས་སྐྱབ་ན་མི་.....
 འགྲིག་གམ་བེར་བ་ལ། བདེ་སྲིད་གྱིས་ཀྱང་རེད་
 ལ། རོ་མ་ཚ་བ་འདི་འདྲ་ཆེ་བ་ལ་ཡང་བེར། རབ་

གསལ་གྱིས་མགོ་བོ་ཡར་བཏེགས་ཏེ། ང་ཚོས་སྒྲོ་
 སེམས་བསྐྱེམས་ནས་ལས་བྱ་བ་སྐྱབས་ཇེས་ད་.....
 བཞེད་འགྲོ་ཆོག་ཅིས་བཤད། དེ་ལ་ཤེས་རབ་གྱིས་
 དེ་རིང་མ་འགྲུབ་པ་དག་སང་ཉིན་བསྐྱབས་ན་ཅིས་
 མི་ཆོག་ཟེར་བར། ཡང་རབ་གསལ་གྱིས་སང་ཉིན་
 ད་ཅུང་སང་ཉིན་གྱི་བྱ་བ་ཡོད་ཟེར། དེ་ནས་ཆང་
 མས་ཅི་ཡང་མི་བཤད་པར་མགོ་བསྐྱར་ནས་ལས་
 བྱ་སྐྱབ།

ལས་བྱ་ཆང་མ་བསྐྱབས་ཇེས། རབ་གསལ་
 གྱིས་དཔེ་དེབ་སྒྲུང་ཉར་བྱེད་ཞོར་ལ་ད་ལྟ་ང་ཚོ་
 ཅེ་ཅུ་འགྲོ་ཆོག་^{書本 書籍} ^{收 留} འགྲོ་ང་ཚོ་ཉིན་དུ་འགྲོ་ཞེས་
 བཤད་དོ།

ལྷན་གཞི།

1. སློབ་ཚན་འཕྱོངས་སློག་ཐུབ་པ་བྱས་རྗེས་དྲི་བར་ལན་གདབ་དགོས།
(1) སང་ཉིན་ད་རུང་སང་ཉིན་གྱི་བྱ་བ་ཡོད་ཅེས་པའི་……
དོན་ཅི་ཡིན།
(2) ཤེས་རབ་དང་རབ་གསལ། བདེ་སྲིད་གསུམ་ལས་
གང་གིས་བཤད་པ་འགྲིག་ རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན།
2. གཤམ་གྱི་ཐ་སྲུང་གྱི་དག་ཆ་རེས་དགོས་པ་དང་ཡིག་གཟུགས་ལེགས་……
ཐོས་ལན་གསུམ་བཟུང་གོས།
སང་ཉིན། བྱི་རྩལ། བྱ་བྱིའུ། གྲིབ་བསིལ།
སྒྱགས། འདུག་མ་བཟོད། སློ་སེམས་བསྐྱིམས།

10. ཚོད་དཀར་དང་ཚོད་དཀར་གྱི་ས་ཐོན།



ཡོས་ལུ་དཀར་པོ་དང་ཡོས་ལུ་ནག་པོ་གཉིས་...
 ར་ཀན་ཚང་ལ་ཅེ་རུ་སོང་། ར་ཀན་གྱིས་རང་གི་
 ཚོད་དཀར་ཁོ་གཉིས་ལ་བྱིན། ཡོས་ལུ་ནག་པོས་
 ཚོད་དཀར་ལག་རྒྱ་བརྒྱུད་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་.....

ཁྱེས། ཡོས་བྱ་དཀར་པོས་མི་ལེན་པར་བཤད་
 ཟུར།

ངས་ཀྱང་ཚོད་དཀར་དེ་འདེབས་འདོད།

ང་ལ་ས་པོན་ཞིག་གནང་རོགས།

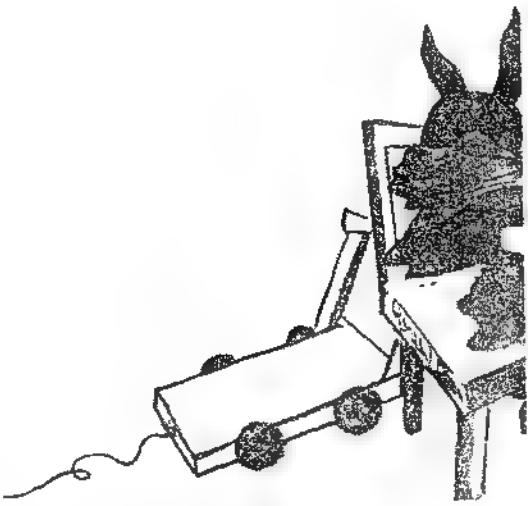
ཞེས་བཤད། ར་རྒན་གྱིས་ཁོ་ལ་ས་པོན་ཤོག་ཐུམ་
 གཅིག་གནང་། ཡོས་བྱ་དཀར་པོ་ཕྱིར་ཡུལ་ལ་ལོག་
 བས་ས་པོན་བཏབ་སྟེ། ཟུན་པར་ཚུ་གཏོང་བ་



དང་། ལུང་འཛོག་པ།
 ཚུ་ཐུམ་འབལ་བ།
 གཞོད་འབྱ་གསོད་པ་
 བཅས་ལ་འབད་པས།
 ཚོད་དཀར་སྐྱེས་པ་ཏུ་
 ཅང་བཟང་།

ཡིས་བྱ་ནག་པོས་ར་
 ཀན་གྱིས་བྱིན་པའི་ཚོད་
 དཀར་ཚང་མ་བཟས་.....
 ཚར་ཏེ། ཡང་ར་ཀན་

ཚང་ལ་ཚོད་དཀར་སྤྲོད་བར་འགྲོ་བའི་ལམ་དུ།
 ཡིས་བྱ་དཀར་པོས་ཚོད་དཀར་ཁྱུར་བོ་གཅིག་.....
 འཁྱུར་ནས་ར་ཀན་ཚང་ལ་འགྲོ་བ་དང་ཕྱད་དེ།
 ཁོ་ཡ་མཚན་སྐྱེས་ནས་ཁྱོད་གྱི་ཚོད་དཀར་དེ་སྤྲོད་.....
 ཡིས་གནང་ཞེས་རྒྱུ་ཡིས་བྱ་དཀར་པོས་།



འདི་རང་གིས་བཏབ་པའི་ཆོད་དཀར་ཡིན།

ལྷན་དུ་ཚུལ་ལས་ཀར་འབད་པས་ན།

ཟས་གཞན་ལ་རེ་དགོས་ག་ལ་ཡོད།

ཅེས་བཤད་པར། ཡོས་བྱ་ནག་པོ་དོ་ཆ་ནས་མགོ་
བོ་སྒྲུང་དོ།

ལྷན་གཞི།

1. རི་མོར་བལྟས་ནས་སྒྲོབ་ཆོན་བསྐྱགས་ཇིས་ཀྱི་བར་ལན་གདབ་དགོས།

(1) ར་ཅན་གྱིས་ཆོད་དཀར་སྟེར་སྐབས། ཡོས་བྱ་ནག་
པོས་ཇི་སྟེར་བཤད། ཡོས་བྱ་དཀར་པོས་ཇི་སྟེར་
བཤད།

(2) ཡོས་བྱ་དཀར་པོ་ལ་ཆོད་དཀར་མོད་པོ་ཡོད་པ་.....
དང་། ཡོས་བྱ་ནག་པོ་ལ་བརྩུ་མེད་པའི་རྩུ་མཆོན་
ཅི་ཡིན།

(3) ཡོས་བྱ་ནག་པོ་དོ་ཆ་ནས་མགོ་བོ་སྒྲུང་དོན་ཅི་ཡིན།

2. ལྷོང་ཆ་བསྐྱར་བ།

(1) ངས་ཀྱང་ཚོད་དཀར་(རེས་པ) འདོད།

(2) ང་ལ་(ས་པོ) བྱིས་གནང་རོགས།

(3) ལྷོན་པར་ཆུ་གཏོང་བ་དང་། (ལྷོན) འཛིག་པ།

(ལྷོན) འབལ་བ། གཞོད་འབྱུང་(གཞོད་པ)
བཅས་ལ་འབད།

3. གཤམ་གྱི་མིང་ཆེན་གྱི་དག་ཆ་རེས་དགོས་པ་དང་། དཔོན་འཁྱིལ་
དགོས།

ས་པོན། ལྷོ་ལྷོ་ལ། ལྷོང་བ།

ཡ་མཚན། རོ་ཚ། བཀའ་རྒྱུ་ཆེ།

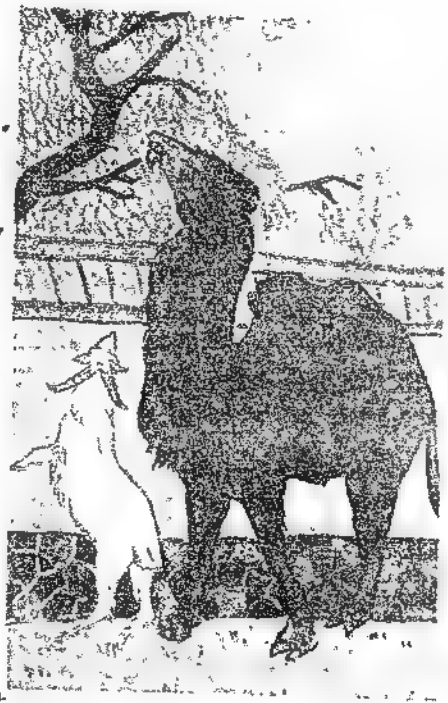
4. ལྷོ་མཚན་ཁག་བཅོས་ནས་འབྲུན་ལྷོག་བྱེད་པ།

5. ལྷོ་མཚན་མཆོག་གི་ཡོས་སུ་དཀར་པོའི་ལྷོང་ཆ་དེ་ཡིག་གཟུགས་ལེགས་
པོས་བཟུང་དགོས་པ་མ་ཟད་ལྷོང་བྱེད་པ།

11. ར་མོང་དང་ར་རྒན།

ར་མོང་ནི་གཟུགས་ཐོངས་ཆེ་བ་དང་། ར་རྒན་
 ནི་གཟུགས་ཐོངས་ཆུང་། ར་མོང་གིས་གཟུགས་
 ཐོངས་ཆེན་དགོ་མཆན་ཆེ་ལྷགས་དང་། ར་རྒན་
 གྱིས་གཟུགས་ཐོངས་ཆུང་ན་དགོ་མཆན་ཆེ་ལྷགས་
 བཤད།

དེ་ལྟར་ཁོ་གཉིས་ཚུང་གིང་.....
 བྱེད་བཞིན་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་.....
 ལྷང་གིང་ཞིག་གི་འཁྱིས་སུ་.....
 ལྷོ་བས། ར་མོང་གིས་སྐྱེ་བཞིངས་
 བས་ར་བའི་ནང་གི་ཤིང་ལ་.....
 བཟུམ། ར་རྒན་གྱིས་བསྐྱོབས་
 抓 摸 摘



གྲང་མི་སྟོབས་པས། ར་མོང་གིས་བྱོད་གིས་མཐོང་
 ངམ། གཞུགས་པོངས་ཆེན་མི་ལེགས་སམ་ཞེས་
 བཤད་པར། ར་རྒན་གྱིས་ཁས་མ་བླངས།

དེ་ནས་ཡང་ཚུད་སྒྲིང་.....

བྱེད་བཞིན་སོང་བས། སྒོ་
 རྒྱང་རྒྱང་ཡོད་པའི་ར་བ་.....
 ཞིག་གི་འགམ་དུ་སྟེབས། ར་
 རྒན་དེ་མ་ཐག་སྒོ་རྒྱང་ནང་
 དུ་འཇུག་ནས་རྩ་བཟའ་.....
 བར་སོང་། ར་མོང་མ་ཐར་
 བས། ར་རྒན་གྱིས་ད་བྱོད་

གྱིས་མཐོང་ངམ། གཞུགས་པོངས་རྒྱང་ན་ལེགས་
 ཞེས་བཤད་པར། ར་མོང་གི་སྒོ་ལ་མ་བབས་པས།



ད་ཨོ་ན་ངེད་གཉིས་སུ་བདེན་གཞན་ལ་འདྲི་ཞེས་
ཐུན་པས་སྒྲང་རྒན་ཞིག་དང་ཕྱང་ནས། དེར་དྲིས།
སྒྲང་རྒན་དེས།

སྤ་སྤའི་རང་གི་དགོ་མཚན་ཁོ་ན་ལས།

སྦྱོན་ཆ་མ་མཐོང་བ་ནི་མི་འགྲིག་ལ།

གཞན་གྱི་སྦྱོན་ཆ་ཁོ་ན་མཐོང་བ་ལས།

དགོ་མཚན་མ་མཐོང་ན་ཡང་མི་འགྲིག་གོ།

ཞེས་བཤད།



ཐུང་གཞི།

1. རི་མོར་བལྟས་ནས་སྒྲོབ་ཚན་བསྐྱགས་རྒྱུ་
དགོས། རི་བར་ལན་གདབ་
- (1) རི་མོར་དང་ར་རྒན་གཉིས་ཀྱི་ཚྭ་དོན་ཅི་ཡིན།
- (2) རི་མོར་དང་ར་རྒན་གཉིས་ལས་སྐྱུ་ལ་བདེན་པ་ཡོད།
- (3) སྐྱང་རྒན་གྱིས་རི་ལྟར་བཤད།
2. གཤམ་གསལ་མིང་ཆོག་གི་དག་ཆ་དེས་དགོས་པ་དང་། ཆོག་ཐིག་ཅན་
ལ་ཆོག་གྲོགས་རེ་སྒྲུབ་དགོས།
གཟུགས་པོངས། ཤིང་ལ། འཇུ་ལ། སྒྲོན་ཆ།
ཚྭ་སྒྲིང་། བསྐྱིངས། ར་རྒན། འབྲིས།
3. གཏམ་རྒྱུད་འདི་མི་གཞན་ལ་བཤད་ཐུབ་དགོས།
4. སྐྱང་རྒན་གྱི་སྐད་ཆ་སྒྲོར་འཛིན་པ་དང་། ཡིག་གཟུགས་ལེགས་པོས་
ལན་གཅིག་བཟུང་དགོས།

12. ལྷ་མདོག་མཛེས་པའི་བྱིམ་བྱ།

ལྷ་མདོག་བྱ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་རང་ཉིད་.....
 མཛེས་པོ་ཡོད་པར་རྫོམ་ནས་ཉག་ཏུ་འདི་ལྷ་མདོག་སྤྱོད་
 བ་སྟེ།
 རྫོམ་ལེགས་སྟེ། 得意 傲慢

ང་ཡི་ཕྱོག་བྱེ་མེ་ལས་དམར།
 鸡冠

ཕྱོག་མཛེས་ལ་བཀྲག་མདངས་ཆེ།
 光辉 光彩

ལྷ་མདོག་ཉིས་པོ་གསེར་གྱི་མདོག་།
 金

ང་ལས་མཛེས་པ་སྤྱ་ཞིག་ཡོད།

ཉིན་ཞིག་བྱིམ་...

བྱའི་ལྷ་འགྲངས་.....
 飽

ཛེས་འཆམ་འཆམ་

བྱེད་ཀྱིན་ལྷ་མདོག་



ཞིག་གི་འོག་དུ་སློབས། ཁོས་ལྷང་སྤང་ཅེ་ན་ཤིང་
 ཏྲ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་སྟེ། མཁུ་ཏྲ་རིང་བའི་བྱ་
 བྱོར་ཚུར་ཉོན་དང་། །རིང་གཉིས་སུ་མཛེས་འགྲན་
 པར་པོད་ལགས་སམ། །ཞིས་དྲིས་པར་ཤིང་ཏྲ་
 མོས། དགོངས་པ་མ་འཆོམས་ཁྱིམ་བྱ་ལགས། །ལྷང་
 སྤང་སྟེང་ལ་འབུ་ཞུགས་

པས། །ང་དང་གཞོན་
 འབུ་འཛིན་ལ་བྲེལ།
 ཞིས་བཤད།

དེ་ནས་ཁྱིམ་བྱ་མེ་.....

ཏྲ་ག་ལྷུ་མ་ར་ཞིག་དུ་.....

སློབས་ཅེ་ན་སྤང་མ་ཞིག་མཐོང་སྟེ། བྲིག་གཉིས་
 འབུར་བའི་སྤང་བྱ་ཉོན། །ང་དང་མཛེས་སྟུག་



འགྲན་མོད་དམ།

ཞེས་དྲིས་པར་སྤང་

མ་ན་རེ། དགོངས་

་་་མ་འཆོམས་དེང་

སྐབས་ནི། ཁི་ཏྲིག་

བཞད་པའི་དུས་་་་

ཆོགས་ཡིན། ^{季節 時期} ཁྱི་རོ་བཅུད་ལེན་པར་བྲེལ། ཞེས་

ལན་བཏབ་པས་བྱིམ་བྱ་སྤང་ང་།
^{養分 營養}



ཡང་བྱིམ་བྱ་ཞིང་འགྲམ་ཞིག་དུ་སྤེལ་བ་ཞིག་་་



དང་སྤང་ནས།

སྤེལ་བ་གྲོད་ཆེན་་་་

མ་གཡེང་ཏྲིན།

ངེད་གཉིས་སུ་་་་་་

མཛེས་འགྲན་མོད་དམ། |ཞིས་བཤད་པར་སྤལ་
 བས། དགོངས་པ་མ་འཆོམས་ལོ་རྟོག་གི། |གཞོད་
 འབྲུག་གསོད་པར་ང་འགྲོ་དགོས། |ཞིས་སྤྲུལ།

ཁྱིམ་བྱར་མཛེས་སྤྱད་འགྲན་མཁན་གཅིག་.....
 ཁྱང་མ་བྱུང་བར་ཕྱིར་ལོག་པའི་ལམ་དུ་འབྲུག་སྤྱེ་.....

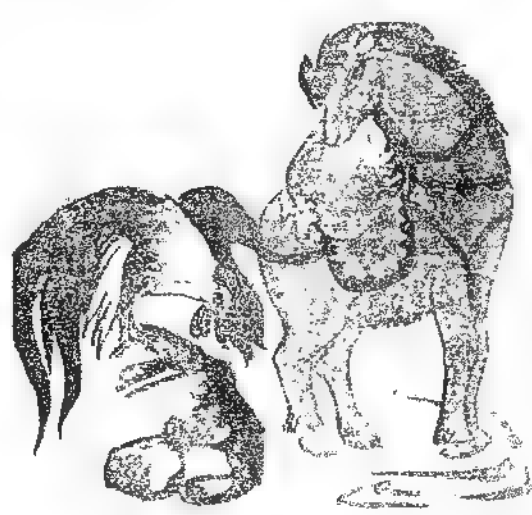
གང་བཀལ་བའི་རྟ་^{返反}ཞིག་དང་ཕྱད་དེ་^{糧糗}ཁྱུ་རྒྱུ་།
^{裝載. 上駟子}ཅང་ཤིས་རྟ་བུ་ལགས། |སྤྱད་ཁྱང་ང་རང་ལ། |

^{駿馬. 神駒}མཛེས་སྤྱད་མི་འགྲན་པའི། |རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡིན་
 བཅ། |ཞིས་དྲིས་པའི་

ལན་དུ། |མཛེས་དང་

མི་མཛེས་ཕྱི་རྒྱུ་ལ། |
^{形式. 表面}བལྟས་པ་མ་ཡིན་.....

མའི་རིགས་ལ། |



ཕན་ཚུགས་ཡོད་མེད་བཟུང་གོས་པའི། ཁན་ས་

ལྷགས་ཁོ་ཚས་ཤེས་པས་རེད། | ཅིས་བཤད།

情况. 過程 法則

དེ་ནས་བཟུང་བྱིམ་བྱས་ཉིན་ལྟར་དུས་ཚོད་.....

མ་ཁོར་བར་བྱ་སྐད་..

鳥啼

བསྐྱགས་ནས་ནམ་.....

ཚོད་འཛིན་པ་རེད།



ཟུང་གཞི།

1. རི་མོར་བཟུས་ནས་སློབ་ཚན་བསྐྱགས་ཤིང་གཤམ་བྱི་དྲི་བར་ལན་.....

གདབ་དགོས།

(1) བྱིམ་བྱས་གང་དག་ལ་མཛེས་སྤྱད་འགྲན་པ་རེད།

ཁོ་ཚས་བྱིམ་བྱར་མཛེས་སྤྱད་མི་འགྲན་པའི་སྐུ་.....

མཚན་ཅི་རེད།

(2) ཏྲ་ཡིས་བྱིམ་བྱར་ཇི་ལྟར་བཤད། བྱིམ་བྱས་ཉན་
ཇིས་ཇི་ལྟར་བྱས་པ་རེད།

2. སློབ་ཚན་སློག་ཞུ་རུ་རིམ་སྤྱི་མཐོན་ནང་དོན་བཤད་དགོས།

3. སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ལྟར་སློབ་ཁག་བགོས་ནས་བསྐྱུག་པ་དང་།
གཤམ་གྱི་མིང་ཚིག་གི་དག་ཆ་རེས་དགོས།

མཛེས་སྤྱད། སྤྱད་ཟེ། ལྷེར་མོ། རོ་བུ་དང་།

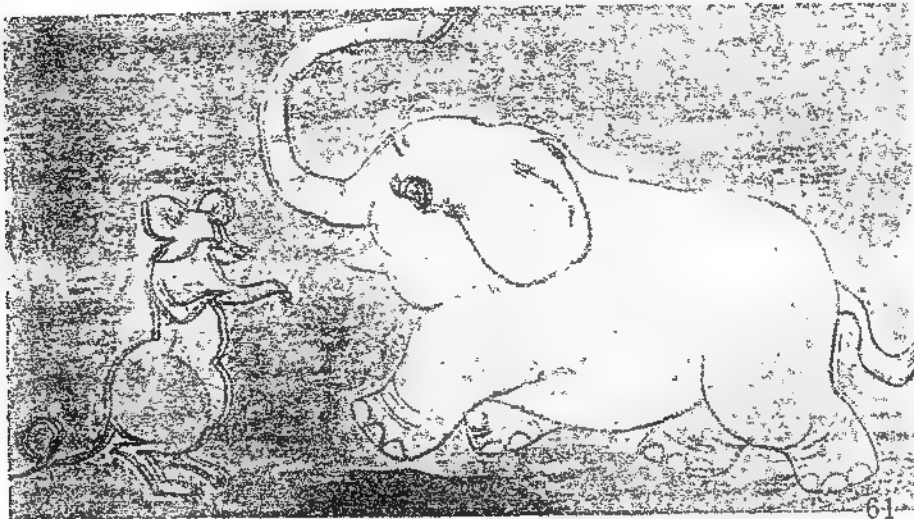
མ་གཡེང་། བན་ཐོགས།

4. ཏྲ་ཡིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་སློབ་བྱུངས།

14. གྱི་བས་སྐང་ཆེན་བསྐངས་པ།

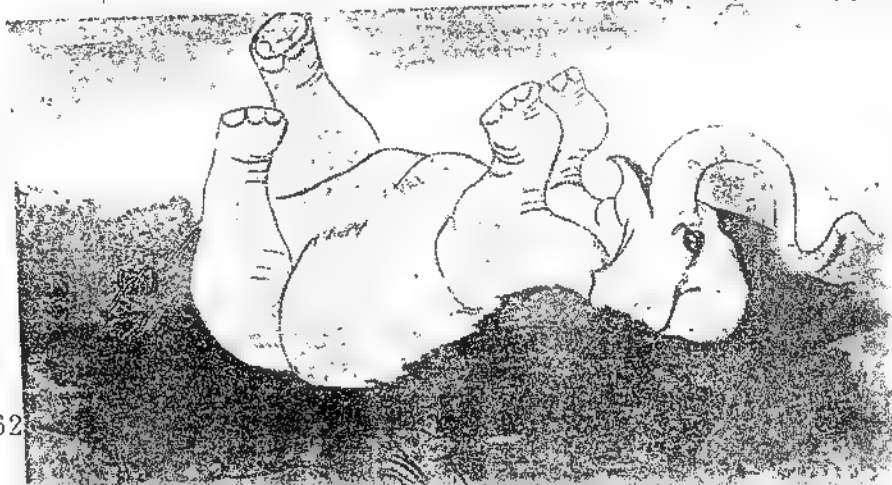
扶起. 喚起

གྱི་བ་གཅིག་ས་དོང་ཟབ་མོ་ཞིག་དུ་ཚུད་ནས་
 མ་ཐོན་པར་བགྱས་ཤིང་སྐྱེས་ནས་དུ་འབོད་གྱིང་།
 ས་དོང་དེའི་ཁར་སྐང་ཆེན་གཅིག་འོངས་ཏེ། ཅུ་
 འབོད་གྱི་སྐད་ཐོས་ནས་བལྟས་པར་གྱི་བ་གཅིག་
 འདུག་པ་མཐོང་། སྐང་ཆེན་གྱིས་མཇུག་མ་དོང་
 ཅུ་བརྒྱངས་པ་དང་དེ་ལ་གྱི་བ་འཇུག་ནས་དོང་
 ཁར་ཐོན། གྱི་བ་དགའ་ནས་སྐང་ཆེན་ལ་སྒྲོས་པ།



བྱི་བདག་གི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དྲིན་ཅན་ཡིན། ངས་བྱི་
 བྱི་བཀའ་དྲིན་བརྟེན་མི་སྲིད། ཅེས་བཤད་པ་ན།
 སྤང་ཆེན་གྱི་སེམས་ལ། བྱི་བ་བྱི་འདྲ་ཉམ་ཆུང་
 ཞིག་གིས་ང་ལ་ཕན་ཅི་ཐོགས་སྟེ།

སྤང་ཆེན་པོ་ཞིག་འདས་ཇེས། སྤང་ཆེན་དེ་གས་
 བས་ལུས་སྤྱད། ཉིན་ཞིག་ས་ཁུག་དོག་པོ་ཞིག་ཏུ་
 འགྲེལ་ནས་ལངས་མ་ཐུབ་པར་སྤྱོད་པ་འདོན་.....
 བཞིན་ཡོད་པ་བྱི་བས་མཐོང་ནས། ཡར་རྒྱག་མར་
 རྒྱག་གིས་བྱི་བའི་ཆོགས་པོས་འོངས་ཏེ། སྤང་ཆེན་
 མཐའ་སྒྲོར་གྱི་ས་དམར་བར་ཐུས་ནས་སྤང་ཆེན་



མཐོ་སར་བརྟེན་པས་ལངས་ཐུབ་པར་གྱུར།

ཀུན་ལ་མཐོ་དམའ་མེད་པ་ཡི།

ཉི་མ་ལྟ་བུར་ཕན་བྱས་ན།

ཀུན་གྱིས་ལན་ནམས་སྡོན་གྱུར་ཏེ།

བྱི་བས་སྤང་ཆེན་བསྤངས་པ་བཞིན།

སྤང་གཞི།

1. སྤོབ་ཚན་བསྐྱགས་ཆེས་དྲི་བར་ལན་གདབ་དགོས།

(1) སྤང་ཆེན་གྱིས་བྱི་བ་ཇི་ལྟར་དོང་ཁར་སྤངས།

(2) བྱི་བས་སྤང་ཆེན་གྱི་དྲིན་ལན་ཇི་ལྟར་འཇལ།

2. གཤམ་གྱི་མིང་ཆོག་གི་དག་ཆ་ངེས་དགོས།

བྱི་བ། ཅུ་འཕོད། སྤོག་སྤོབ།

གས། འཇལ། ས་དོང་།

3. སྤོབ་ཚན་མཇུག་གི་ཤི་ལ་ཀ་དེ་སྤོར་འཛིན་དགོས་པ་དང་ཡིག་.....

གཟུགས་ལེགས་པོས་ཐེངས་གཅིག་བཟུ་དགོས།

15. སྤྱང་གི་དང་ལུ་གྲ།

སྤྱང་གི་ཞིག་འབྲེལ་ཆུ་ཞིག་གི་འགྲམ་དུ་.....
སྤྱང་ས་སྤྱང་ས། དེར་ལུ་གྲ་ཞིག་གིས་ཆུ་འཐུང་
བཞིན་ཡོད་པ་མཐོང་། སྤྱང་གིས་ལུ་གྲ་དེ་བླ་
འདོད་ནས་བཤད་རྒྱུ།
ངའི་འཐུང་ཆུ་རྩྭ་མཁན་ལྟས་ངན་ཁྱོད་༥
སེམས་བསམ་ངན་བཅངས་པ་ཅིའི་ཐུར་ཡིན་༥
ཞིས་བརྩོན་འཇུགས་བྱས། ལུ་གྲ་ཏ་ལས་ནས་
བཤད་རྒྱུ།
 ཆུ་ནི་ངས་མ་བརྩོགས༥
 ཁྱོད་རང་ཆུ་མགོར་ཡོད༥
 ང་ནི་ཆུ་རྩྭ་ཡོད༥

རྒྱ་བོ་ལ་གྱེན་དུ།
 འབབ་པའི་དཔེ་
 མེད་ལགས།
 ཞེས་ངག་འཇམ་



སྤྱི་རྒྱུ་མཆན་བཤད། སྤྱི་ཀི་ཁྱོས་ཏེ།
 དེ་དེ་འདྲ་ཡིན་པར་ཆ་ཞོག་མོད།
 ལ་ན་ནིང་ཁྱོད་གྱིས་ང་ཉིད་ལ།
 གཏམ་ངན་པ་སྒྲིག་བཤད་མང་ངོ་ཟེར།
 ཞེས་བཤད། ཡང་ཉམ་ཆུང་ལུ་གུ་དེས།
 ཨ་ཙེ་སྤྱི་ཞབས་སྤྱི་ཀི་ལགས།
 བ་ནིང་ང་རང་སྤྱིས་མེད་པས།
 གནས་ཆུལ་དེ་འདྲ་གང་ན་ཡོད།

ཅེས་ལན་བཏབ།

དེ་ནས་སྤྱང་གིས་ཚུང་པ་མི་རྒྱག་པར་མཆེ་བ་
 ག་ཅིག་ས་ནས། སྤང་ཤུགས་ཆེན་པོས།
 ང་ལ་སྒྲིག་ནས་ངན་གཏམ་མཁན།
 བྱོང་མིན་བྱོང་གི་པ་ཡིན་པས།
 བ་དང་བྱོང་གཉིས་བྱང་པར་མེད།
 ཅས་ཞིག་ཞོར་དུ་ལུ་གུའི་སྤྱང་དུ་མཆོངས་སོ།



ལྷུང་གཞི།

1. སྒྲིབ་ཚན་བསྐྱུགས་ནས་གཤམ་གྱི་དྲི་བར་ལན་གདབ་དགོས།

(1) ལྷུང་གི་འཁྲུང་ཆུ་ལུ་གུས་བརྟོགས་པ་བདེན་མཉམ་

ནམ། .

(2) ལྷུང་གི་ལ་ངན་གཏམ་མཁན་སྤྱེ་རེད།

(3) ལྷུང་གི་ཏམ་པ་ཆེ་བ་གང་དག་ནས་ཤེས་ཐུབ།

2. རང་གི་སྐད་ཆས་ལྷུང་གི་དང་ལུ་གུ་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་ཆུང་བཤད་དགོས།

3. གཤམ་གྱི་མིང་ཆོག་གི་དག་ཆ་ངེས་དགོས།

འཁྲུང་ཆུ། བསམ་ངན། བརྟོགས།

ངག་འཇམ། ཟ་འདོད། རྟོག་བཤད།

4. ལྷུང་གི་འཁྲུང་ཆ་ནམས་ཡིག་གཟུགས་ཡིགས་པོས་ལན་གཅིག་བཤད་དགོས།

16. གངས་ཀ་ཚེ་བ།

རྟེན་ཕྱག་དང་དོམ་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་ཉི་མ་རེ་...
 རེ་བཞིན་རིག་པ་སྟུ་རྩྭ་འགུན། ཉིན་ཞིག་དོམ་
 ཕྱག་གིས་འདི་སྐད་བཤད།
 馬熊 人熊 聽 聰 明 重 巧

དེ་རིང་ཁྱོད་དང་ང་གཉིས་ཀྱིས།

གངས་ཀ་ཚེ་བར་སྟུ་མཁས་འགུན།

བརྩ་ཡི་མན་ཆད་སྟུས་ཀྱང་ཤེས།

དེ་ཡི་ཡན་ལ་ཚེ་ཤེས་སམ།
 以下 以下

ཞེས་བཤད་བ་ལ། རྟེན་ཕྱག་གིས།

བརྩ་གཅིག་བརྩ་གཉིས། །བརྩ་གསུམ་བརྩ་

བཞི། །བཅོ་ལྔ་བརྩ་དྲུག །བརྩ་བདུན་བཅོ་

བརྩ་དང་། །བརྩ་དགུ་ཉི་ཤུ། །དེ་ཡི་ཡན་ལ། །ཁྱོད་

ཀྱིས་ཚེས་ཤིག།

དོམ་ཕུག་གིས།

དེ་ཡན་ཅི་བ་ལྷག་པར་སྟོ།

ཉི་ཤུ་འི་བཅུ་སྟོར་ཅི་བའི་ཆོ།

གཅིག་ནས་དགུ་བར་གྲངས་ཀ་ཡི།

སྟོན་ལ་ཉེར་བཞག་བཅུ་སྟོར་ལྷངས།

དེ་བཞིན་བཅུ་སྟོར་གཞན་རྣམས་ཀྱང་།

ལྷུ་ཅུ་སྟོ་དང་བཞི་བཅུ་ཞི།

ལྷ་བཅུ་དང་དང་ལྷག་ཅུ་རེ།

བཅུན་ཅུ་དོན་དང་བརྒྱད་ཅུ་གྲ།

དགུ་བཅུ་གོ་ཞེས་བརྒྱ་ཡི་བར།

བཅུ་སྟོར་རེ་རེ་ནོར་མི་རུང།

དྲིང་ཕུག་གིས།

བཞི་བཅུ་ལྷ་བཅུ་དགུ་བཅུ་ཡི།

བརྩ་ལ་སྒྲོན་འཇུག་བ་འབྲི་དགོས།

སྐུམ་ཅུ་རྩུག་ཅུ་བརྩན་ཅུ་དང་།

བརྩན་ཅུའི་ཅུ་ལ་སྒྲོན་འཇུག་མེད།

གཞན་ཡང་ཉི་ཤུ་སྐུམ་ཅུ་ལ།

གཉིས་ཤུ་གསུམ་ཅུ་གྲིས་པ་ནོར།

དོམ་ཕྱུག་གིས།

ད་དུང་འདི་ཡང་ཤེས་དགོས་ཏེ།

གཅིག་བརྩ་བརྩ་སྒྲོང་ཁྲི་འབྲུམ་དང་།

ས་ཡ་བྱེ་བ་དུང་ཕུར་རོ།

ཉིས་བརྩ་ཉིས་སྒྲོང་ཉིས་འབྲུམ་དང་།

སྐུམ་བརྩ་སྐུམ་སྒྲོང་སྐུམ་འབྲུམ་གྱི།

ཉིས་དང་སྐུམ་ལ་སྒྲོན་འཇུག་མེད།

ཅེས་བཤད།

དེ་ནས་རྟེན་ལྷན་གིས་ངེད་གཉིས་གྲངས་ཀ་
 ཅི་པར་བཟང་ངན་མེད། སང་ཉིན་ད་དུང་གཞན་
 འགུན་ཟེར་རོ།

རྒྱང་གཞི།

1. རྒྱང་ཆ་བསྐྱང་དགོས།



2. གཅིག་ནས་བརྒྱ་པར་འགྲི་ཤིས་དགོས།

3. རྒྱང་ཆ་ལྷོད་ལུང་ས།

17. གཟིག་ལྷགས་བཀའ་པའི་བོང་བྱ།

蓋 遮 掩 飾 驢

སྲར་མི་གཡོ་ཅན་ཞིག་གིས་རང་ལ་བོང་བྱ་.....
 གཅིག་ཡོད་པར་གྱི་སྒྲིབ་བྱེད་ནས་གསོས། ཉིན་ཞིག་
 མི་གཡོ་ཅན་དེས་གཟིག་ལྷགས་ཤིག་སྒྲིབ་པ་བོང་...
 བྱར་བཀའ་སྒྲིབ་གཞན་གྱི་ཞིང་ནང་དུ་བཏང་། མི་
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཞིང་ནང་དུ་གཟིག་སྒྲིབས་འདུག་
 ཅེས་ཞིང་ནས་ཕྱིར་སྒྲིབ་མ་ལུས།
 བྱ་ཉིན་ཡང་ལོ་རྟོག་མང་པོ་བཟས་པའི་རྒྱུན་



གྱིས་མི་ཐམས་ཅད་དེར་འདུས་ཏེ་གཟིག་བསད་....
 རས་ཞིབ་དུ་བལྟས་ཆེ་དེ་གཟིག་མ་ཡིན་ལ་མི་གཡ་
 ཅན་དེའི་བོང་བུ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་བཟུང་ཐམས་
 ཅད་གྱི་ངག་རྒྱན་ལ་འདི་ལྟར་གྲགས་པ་སྟེ།
 གཟིག་སྤྲགས་བཀའ་པའི་བོང་བུ་ཡིས།
 ལ་ཏོག་བློས་མཐར་གཞན་གྱིས་བསད།



ཐུང་གཞི།

1. སྒྲོབ་ཚན་བསྐྱགས་ནས་རྩི་བར་ལན་གདབ་དགོས།
 (1) མི་གཡོ་ཅན་དེས་ཐོང་བྱ་ཇི་ལྟར་གསོས། དེ་ནས་
 ཐོང་བྱ་ཞིང་ནང་དུ་ཇི་ལྟར་བཏང་། མཐའ་.....
 འབྲས་ལ་ཅི་བྱང་།
 (2) མི་དེ་གཡོ་སྐྱེ་ཆེ་བ་ཕྱོགས་གང་དག་ནས་ཤེས་བྱུབ།
2. གཤམ་གྱི་ཆོག་དཔོན་འཁྲི་བྱེད་པ་དང་སྒྲོར་བྱུངས།
 གཟིག་ལྷགས་བཀའ་པའི་ཐོང་བྱ་ཡིས།
 ལོ་རྟོག་ཟོས་མཐར་གཞན་གྱིས་བསད།
3. གཤམ་གྱི་མིང་ལ་ཆོག་ཕྱོགས་རེ་སྒྲོར་དགོས།
 རྟེན། ཟོས། སྒྲོན།
4. གཤམ་གྱི་མིང་བཀོལ་ནས་སྐད་ཆ་ཚན་པ་རེ་བཤད་དགོས།

གཡོ་ཅན། སྐྱེ་སྐྱེ། བྱེད་སྒྲོན།

གཟིག་ལྷགས། ཐོང་བྱ། གསོས།



19. ཁྱོད་པའི་ནང་ནས་ཟླ་བ་འདོན་པ།

捞出. 取出. 拿出

ཁྱེ་ལྷན་གཅིག་ཁྱོད་པའི་འགམ་དུ་ཅེད་མི་
 ཅེ་ཞོར་ཁྱོད་པའི་ནང་ལ་ལྷ་དུས། ཟླ་བ་ཁྱོད་པའི་
 ནང་དུ་ལྷང་ཡོད་པ་ལྷ་མཐོང་སྟེ། ཟླ་བ་ཁྱོད་
 པའི་ནང་དུ་ལྷང་འདུག་ཅེས་སྐད་ཅོར་བརྒྱབ།
 རྒྱུ་གཞན་ཞིག་གིས་ཐོས་ནས་རྒྱག་ཡོད་སྟེ་
 བལྟས་པས། ཨ་ཁ་ཁ། ཆག་སྒྲོ། ཟླ་བ་ཁྱོད་པའི་

完蛋. 糟糕. 出事



ནང་ཏུ་ལྷུང་འདུག་
 ཅེས་མཉམ་ཏུ་སྐད་
 ཅོར་བརྒྱབ།

དེ་ནས་སྒྲུ་.....
 བྱིངས་གྱིས་ཐོས་.....
 བས་རྒྱག་ཡོང་སྟེ། ད་
 ཅི་དྲག་ གླ་བ་ཁྱོད་
 པའི་ནང་ཏུ་ལྷུང་.....
 འདུག་ ཚང་མ་གླ་བ་
 འདོན་པར་ཤོག་.....
 དང་ཞེས་ཐོས།

ཁྱོད་པའི་འགྲམ་
 ཏུ་ཤིང་སྟོང་ཞིག་.....
 ཡོད། རྩེལ་ཆུ་གྱི་
 ཀླང་བ་ཡལ་གར་.....
 འཐམས་པ་དང་.....

ལག་པས་སྒྲུ་ཞིག་གི་རྒྱང་བ་ནས་བཟུང་། དེས་
 གྲང་གཞན་ཞིག་གི་རྒྱང་བ་ནས་འཇུས་ཏེ་གཅིག་...
 ལ་གཅིག་མཐུད་གྱིས་ཁྱོན་པའི་རྒྱུ་མ་ཐུག་བར་...
 མཐུད། གདོང་མ་ན་སྒྲེལ་ཐུག་དེ་ཡིད།

སྒྲེལ་ཐུག་གིས་ལག་པ་བརྒྱངས་ནས་རྒྱ་ལ་.....
 ཐུག་མ་ཐག་ཟླ་བ་མེད་པར་གྱུར།

སྐབས་དེར་སྒྲེལ་རྒྱ་གྱིས་གནམ་ལ་བལྟས་ཆོ།
 ཟླ་བ་ནི་སྒར་བཞིན་ནམ་མཁར་ཡིད་པ་མཐོང་སྟེ།
 ཁོས་དབུགས་ཉལ་བཞིན་འདྲོན་མི་དགོས། ཟླ་བ་
 སྒར་བཞིན་ནམ་མཁར་ཡིད་ཅེས་བཤད་དོ།

རྒྱང་གཞི།

1. སྒྲོ་བ་ཚན་འབྱུངས་སྒྲོག་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས།
2. སྒྲོ་བ་ཚན་ནང་གི་དོན་མི་གོ་བའི་ཐ་སྙད་ནམས། སྒྲོ་བ་སྒྲོགས་པན་
 རྒྱུན་གྲོས་བསྐྱར་བ་དང་དེ་ནས་དགོ་རྒྱུ་ལ་འདྲི་དགོས།

20. སྒྲུང་མཁའ་ལམ་བྱིན་པ།

1922 ལོར། ལེ་ཉིན་མའོ་སི་ཁོའི་ཉེ་

འདུགས་ཀྱི་སྒྲུང་ཕྱན་ཞིག་གི་སྒྲིང་རུ་བཞུགས་པའི་མཁའ་ལམ་བྱིན་པ་
ཞིང་། ས་དེ་གར་སྒྲུང་མ་གསོ་མཁན་ཞིག་ཡིད་པ་

དེ་རྒྱན་རུ་བོས་ནས་གསུང་སྒྲིང་མཛད།
ཉིན་ཞིག་ལེ་ཉིན་གྱིས་མི་དེ་འཆོལ་དགོས་

དགོངས་མོད། ལམ་པ་དེ་མེད་པས་ཁོང་ཉིད་
དངོས་སུ་འཆོལ་རུ་ཐེབས།

ལེ་ཉིན་ལམ་རུ་ཐེབས་སྐབས། ལམ་འགམ་གྱི་
མེ་ཏྲག་ཁོང་རུ་སྒྲུང་མ་མང་པོ་འཁོར་བ་མཐོང་།

ཁོང་གིས་ཞིབ་རུ་གཟིགས་ཆོ། དེ་དག་གིས་སྒྲུང་
ཅི་སྒྲུངས་ཏེ། ཉེ་འདུགས་ར་སྐྱོར་ཞིག་གི་ནང་རུ་

འཁུར་བ་དང་། དེ་ན་ཁང་བ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཀྱང་
ཡོད། ལེ་ཉིན་དེར་ཐེབས་ནས་སྐྱོ་བརྟུངས་ཆོ།



སྒོ་འབྱེད་མཁམ་སྤང་མ་གསོ་མཁམ་དེ་རེད།

སྤང་མ་གསོ་མཁམ་གྱིས་ལེ་ཉིན་མཐོང་སྟེ། ཉ་
ལས་པའི་སྒོ་ནས་སྒོ་མཐུན་ལེ་ཉིན་ལགས། བྱིང་
གྱི་སྒྱུ་ཁམས་བདེ་ལགས་སམ། བྱིང་ཉིད་འདི་གར་
འབྱིད་མཁམ་སྒྱུ་ལགས་ཞེས་དྲིས་པ་ལ། ལེ་ཉིན་
གྱིས་བཞད་ཞོར་དུ་བྱིང་གྱི་སྤང་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་.....
གསུངས།

སྤང་གཞི།

1. སྒོ་བ་ཚན་དབྱངས་གྱིར་ནས་སྤང་སྒོ་གྱི་བྱེད་དགོས་ཤིང་། སྤང་མ་གསོ་
མཁམ་དེ་ལེ་ཉིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་བཅའ་ནས་ཆེད་པ་ཤོད།
2. སྤང་ཆ་བསྐྱང་དགོས།
(1) ཁོང་ཉིད་དངོས་སྒྱུ་() དུ་ཐེབས།
(2) སྤང་མ་མང་པོ་() མཐོང་།
(3) བྱིང་ཉིད་འདི་གར་() སྒྱུ་ལགས།
3. གཤམ་གྱི་མིང་ཚིག་གི་དག་ཆ་ངེས་ཐོག་དཔོན་འབྲི་བྱེད་དགོས།
ཉེ་འདབས། ལམ་པ། སྤང་ཕྱི།
ཉ་ལས་པ། གསུང་སྤང་། བྱིང་མཁམ།

22. རྒྱལ་ཆགས་ཀྱིས་དབྱན་སྒྲུབ་བ།

ལྷོག་མ་རྒྱང་རྒྱང་.....

དེ་ཞིག་ས་པར་བྱས་པ་.....

འཆོལ་ཕྱིར་ནགས་.....

ཚལ་དུ་འོངས་ཆེ། ག་

ས་གར་སྒྲོང་ལོ་ལྷུང་འདུག་ཅིང་སྒྲོན་དང་མི་འདྲ་

བར་ཁྱུ་སིམ་མེར་ཡོད། སྤར་གྱི་གྲོགས་པོ་ནམས་

གར་སོང་མི་ཤེས། སྐབས་དེར་བསིལ་རྒྱུར་ཞིག་

ལྷན་བས་ཁོ་ལ་གྲང་ཆོར་བྱུང་།



མོ་ཡུར་རུ་ཤོག་མས་སྐྱུ་ཀ་ཤུག་པ་ཐོས་ནས་.....

ཡར་བལྟས་པ་ན། རྒྱ་

ག་སྒྲིང་བོའི་ཡལ་གའི་

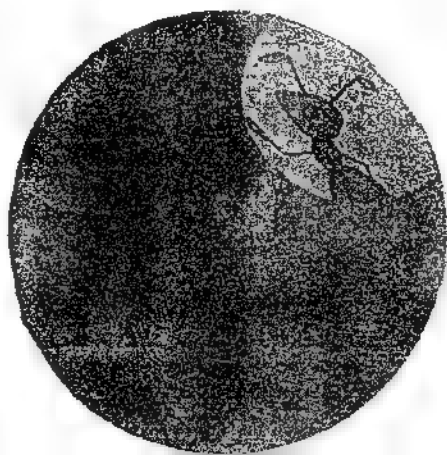
ཉིང་རྩ་བཅས་འདུག

ལྷོ་ག་མཐུ། རྒྱ་ག་ཕྱ་མོ་



བདེ་ལགས་སམ། །ཁུ་བྱག་ཁུག་ཏྱ་གང་ལ་སོང་།།
 ཞེས་དྲིས། སྐྱ་ཀམ། བམ་ལྷ་རིམ་འབྱུག་ཏུ་བྱུར་
 པས། །ལྷོ་ཏུ་དགུན་བྱུལ་ལ་ཐེབས་སོང་། །སང་
 ལའི་དབྱིང་ཀ་ནི་སླེབས་ན། །ཁོ་ཚོ་འདི་ག་ཏུ་བྱུར་
 འོང་། །ཞེས་བཤད་པར་གྲོག་མས། །བྱིད་ཀྱང་ལྷོ་
 ཡུལ་ལ་ཐེབས་སམ། །ཞེས་དྲིས། སྐྱ་ཀམ། ང་རང་
 འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ས་འདི་གར། །རང་ཚང་དྲོན་པོ་
 བཟོས་ནས་དགུན་བསྐྱུལ་ལ། །ཞེས་བཤད།

དེ་གཉིས་ཀྱི་ལབ་སློང་འབྲེ་བས་ཐོས་ནས་.....
 ཁུང་སྒྲོར་བུད་དེ་གྲོག་མ་ལ། གྲོགས་ཆུང་ད་ལྟ་ང་
 རང་ཡང་། །འགྲོ་བ་ཡིན་པས་བདེ་མོ་བྱོས། །ཞེས་
 བཤད་པར་གྲོག་མས། ཡ་ཁུ་འབྲེ་བ་བྱིད་ཉིད་
 ཀྱང་། །ལྷོ་བྱོགས་ཡུལ་
 ཏུ་ཐེབས་ལགས་སམ། །
 ཞེས་དྲིས་པར་འབྲེ་.....
 པས། དེ་གར་མི་འགྲོ་



ཉལ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན། །ཞེས་བཤད། གྲོག་མས་ནམ་
 མཁར་འགའ་ཅམ་བལྟས་ཏེ་འཕྱི་བ་ལ། །ཞོགས་
 པའི་ཉི་ཅེ་ཤར་མ་ཐག །ཉལ་དུ་འགྲོ་བ་ཅིའི་ཕྱིར་
 ལགས། །ཞེས་དྲིས་པར་འཕྱི་བས། དགུན་ཟླ་གསུམ་
 ལ་ང་ཚོ་འཕྱི་བའི་རིགས། །ཁུང་དུ་ཉལ་ནས་བས་
 བཅད་སྒྲོར་མི་འབྱད། །ད་ལྟ་བདག་ཀྱང་ཉལ་
 བར་འགྲོ་དགོས་པས། །སང་མའི་དབྱིད་ཀར་ངེད་
 ཚོ་སྐར་མཇལ་འོང་། །ཞེས་བེར་ནས་རྩ་ཁམ་གང་
 ཕྱིར་ཏེ་ཁུང་ལ་འཇུལ་སོང་།

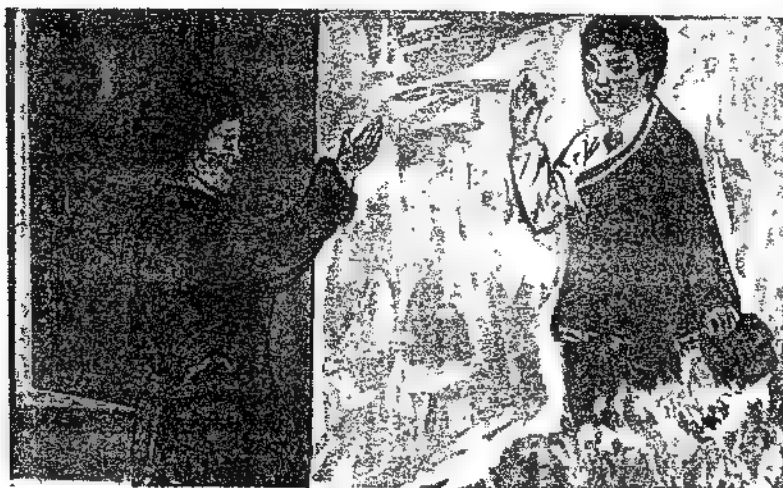
གྲོག་མས་སེམས་ལ་རང་གིས་ཀྱང་དགུན་བས་
 ག་སྒྲིག་བྱ་དགོས་སྟམ་ནས་འཚོལ་དུ་ཕྱིན་པས།
 འབྲུ་རོ་ཞིག་ཉིད་ནས་རང་གི་ཁུང་དུ་བྱད།

23. གྲོགས་པོ་བཟང་པོ།

ང་དང་ཡོན་ཏན་ནི་གྲལ་མཆས་ཡིན་པ་མ་.....
ཟད། དེད་གཉིས་གྲོགས་པོ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན།
ཉིན་ལྟར་སློབ་གྲྲ་ཡང་མཉམ་དུ་འགོ་བ་ཡིན།
ཐེངས་ཤིག་གུངས་ཚེས་རྒྱགས་སྤྱོད་སྐབས།
ངས་ཚེས་གཞི་གཉིས་མི་ཤེས་པས་ཡོན་ཏན་ལ་.....
སྐྱོག་ནས་དྲིས་ཀྱང་ཁོས་མ་བཤད། ངའི་སེམས་ལ་
གྲོགས་པོ་ཐུགས་རྒྱགས་ཨང་སྟེ། སློབ་གྲྲ་གྲོལ་
རྗེས་ང་རང་གཅིག་དུ་ཡུལ་ལ་ལོག།



དགོང་དྲོ་ངས་བྱིམ་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས། ཡོན་
 ཏན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡང་ངས་ཁོ་ལ་ལྟ་ཅིམ་ལས་སྐད་
 ཆ་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མ་བཤད། ཡོན་ཏན་གྱིས་
 བསམ་པ་ཐོལ་མེད་ངང་ང་ལ། རྒྱགས་སྤྱོད་སྐབས་
 བཤད་ན་ཁྱོད་ལ་གཞོན་པ་ལས་ཕན་ཐོགས་མེད།
 ཅིས་གཞི་དེ་གཉིས་ངས་བཤུས་ཡོང་ཡོད། ད་ལྟ་
 ཁྱོད་ལ་བསྐྱབ་ཆོག་ཅེས་བཤད་ཞོར་དུ་ངའི་.....
 འགུམ་དུ་བསྐྱད་ནས་ཅི་ཐབས་ང་ལ་བསྐྱབས་.....
 བྱུང་། ངས་ཅིས་གཞི་དེ་གཉིས་ཤེས་ཇེས། ཡོན་
 ཏན་དགའ་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་ངང་རང་བྱིམ་དུ་ལོག



དེའི་ཕྱི་ཉིན་གྲངས་ཅིས་སློབ་བྲིད་ཀྱི་སྐབས་...
 ལུ་ཅིས་གཞི་དེ་གཉིས་དག་ཀྱི་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་
 སྒྲིལ་མ་ཐོག་ཏུ་ཅི་ཏུ་བཅུག་ངས་ལམ་སང་ཅི་
 ཤེས་སྐབས་དག་ཀྱིས་ང་ལ་ཁ་སང་བྲིད་ཀྱིས་
 ཅི་མི་ཤེས། དེ་རིང་དེ་འདྲ་མཁྱེགས་པོར་ཅི་ཐུབ་
 པ་ཅི་ཡིན་ཞེས་བཀའ་འདྲི་གནང་བུང་། ངས་
 ཡོན་ཏན་ལ་མཚུབ་མོ་བཅུགས་ཏེ། ཁོས་ང་ལ་
 བསྐྱབས་བུང་ཞེས་བྱས། དག་ཀྱི་ལགས་མཉེས་
 ཆོར་ཆེན་པོས་བྲིད་གཉིས་འོ་མ་ཁྱེགས་པོ་བཟང་...
 སྐྱོད་པོ་དེ་ཅིས་གསུངས།

ལྟར་གཞི།

1. སློབ་ཆན་བསྐྱགས་ཐེས་ཀྱི་བར་ལན་གདབ་དགོས།
- (1) གྲངས་ཅིས་ཐུགས་སློབ་སྐབས་ཡོན་ཏན་གྱིས་མི་
བཤད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་ཡིན།
- (2) ཡོན་ཏན་ཁྱེགས་པོའི་བྱིམ་ཏུ་སོང་ནས་ཇི་ཏྱར་...
བྱས།

(3) ཁྱོད་དང་གྲལ་མཆོས་གཉིས་གྲགས་པ་བཟང་པོ་
ཡིན་ནམ།

2. གཤམ་གྱི་མིང་ཆོག་གི་དག་ཆ་ངེས་དགོས།

གྲལ་མཆོས།	གནོད་པ།	ཐབས་རྒྱགས།
ཚོལ་མེད།	མཚུབ་མོ།	མཉེས་ཆོར།
ཅི་ཐབས།	བཀའ་འདྲི།	

3. ཆོག་གྲུབ་བཟོ་དགོས།

ཏྲ་མགྲིན་གྱིས་_____

སྒྲོལ་མས་_____

26. ཤིག་དང་ལྷོ་བ།

子

此

དང་པོར་ཤིག་དང་ལྷོ་བ་གཉིས།
 མི་ལུས་སྟངས་ན་ལྟན་དུ་འཛོ།
 སྐབས་ཤིག་ཁོ་གཉིས་ཞི་འགྲུས་ནས།
 རྒྱག་ན་སུ་མགྲོགས་མི་ལུས་ཀྱི།
 བདག་པོ་ཡིན་ཞེས་རྒྱན་སྒྲགས་བཞག།
 དེ་ནས་རྒྱང་བའི་སྐར་མའི་སྟངས་།
 རྒྱག་འགོ་བཅུམས་ཆེ་ལྷོ་བ་ནི།
 མཆོངས་ཐེངས་གསུམ་གྱིས་སྤྲག་པར་
 སྤྲོབས།
 ཤིག་ནི་རྒྱང་བའི་པོལ་ན་ལུས།
 ལྷོ་བ་སེམས་བདེ་བག་པལ་ནས།
 ངལ་གསོ་བྱས་ཏེ་གན་རྒྱལ་གཉིད།
 ཤིག་གིས་བཅོན་པ་མ་བཏང་བར།

དལ་གྱིས་འགྲོས་མཐར་སྦྱི་གཙུག་ཏུ།
སྒྲོན་ལ་འབྱོར་ཏེ་རྒྱལ་ལ་བེར།
དེའི་ཆེ་ལྡན་པ་གཉིད་སངས་མོད།
ཡ་མཚན་འགྱུད་པ་ལྷན་སྦྱས་ནས།
བཙོན་པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་ལ།
མཐའ་མའི་འབྲས་བུ་མ་ཐོབ་བེར།

ཐ་སྟོད་རེབ་མིག

1. རྩོན་དཀར། སྟེ་མ། སྟོན་ཤིང་། རྩུང་བ།
2. བྱམས་བཅེ། འོ་བརྒྱལ། ཞིགས་པ། རྩོད་སྦྱིད།
སྟོམ་གཞུང་། གད་པ། བྱུས་པ།
3. པེ་ཅིན། རྒྱལ་ས། བཤར་གུང་། སྟུ་མ།
སྦྱིང་ག། བཛོལ་སྦྱངས། ཁང་བཅེགས།
△ ཆེ་ཆུང་། བང་ཁུང་། དཀར་ནག བཟོ་
དམལ།
གཡས་གཡོན། སོ་མོ།
4. སྟག་ཆ། སྟག་བུམ། བྱར་བ། བཤལ་བ།
བསྐྱེས་པ། ཞིམ་སྟང་། ཞལ་སྟོས། སྟུ་མ།
5. བྱང་སྐར་སྟུན་བདུན། སྐར་མ་ཨ་བརྟན།
དཀར་སྟུང་བཙོན་ཞིབ། བྱིས་པ་སྟེན་པ།
6. འཐེན་ལྷགས། སྟལ་བ། ངང་བ།
མཐོངས། དྲང་མོ། དངོས་པོ།
△ ཁ་ཞབས། བཟང་ངན། རིང་ཐུང་།

- ཡོད་ཅིང་། སྒྲུ་མ་ལ། མཐུན་ཆུབ།
7. གནོད་འབྱ། ཆར་གཙོད། ཐེངས་འགའ།
8. སང་ཉིན། ཕྱི་རྒྱལ། ཕྱ་ཕྱིུ། གྲིབ་བསིལ།
སྒྲུགས། འདུག་མ་བཟོད། སྒྲོ་སེམས་བསྐྱེམས།
9. ས་སྒོད། ཕྱི་རྒྱལ། མགོན་པོ།
- △ ཀན་གཞོན། ཆ་ཡ། མགོ་མཐུག
སྒྲུབ་མཐུག ཡིན་ཅིན། གནམ་ས།
10. ས་པོན། ལྷ་ལུམ། སྒྲོང་བ། རོ་ཆ།
ཡ་མཆན། བཀའ་རྒྱན།
11. གཟུགས་པོངས། ཤིང་ལ། འཇུལ། ར་ཀན།
ཚོད་ཐོང་། བསྐྱེངས། འཕྱིས། སྒྲོན་ཆ།
12. མཛེས་སྒྲུག སྒྲིག་ཟེ། ཐེངས་མ། རོ་བཟུད།
ཕན་ཐོགས།
- △ སྒྲོན་སྒྲོང་། ཡང་མེ། དཀའ་སྒྲ། ཕྱི་ནང་།
སྒྲོན་རྗེས། མཐའ་དབུས།
13. སེང་གེ ར་ཆུལ། གཟུགས་བརྟན། ཞི་སྒྲང་།
ཁོན་པ། མཆེ་བ་གཙོགས། གཡུ་རལ་བསིགས།
14. ཕྱི་བ། ཏུ་འཕོད། སྒྲིག་སྒྲོབ། ཀས།

འབྱུགས། ས་དོང་།

15. འབྱུང་ཆུ། བསམ་ངན། བརྟགས། ངག་འཇམ།
སྒྲིག་བཤད། ཟ་འདོད།

△ གོང་འགབ། དུངས་རྟོག རྱེན་ཐུར།
ཆ་གང། དགྲེ་ཐུར། སྐམ་སྒོན།

16. བཙོ་བརྒྱད། བཙོ་ལ། ཉི་ཤ། སུམ་ཐུ།
བཞི་བརྒྱ། ལ་བརྒྱ། དུག་ཐུ། བདུན་ཐུ།
བརྒྱད་ཐུ། དགུ་བརྒྱ། ཉིས་བརྒྱ། སུམ་བརྒྱ།

17. གཡ་ཅན། གྲི་སྒྲི། རྱེན་སྒྲིད། གཟིག་ལྷགས།
བོང་བྱ། གསོས།

18. སྒྲ་ནག ལྷགས་པ། བཅོན་མོ། དུ་ག

19. སྒྲེལ་སྒྲུག སྒྲ་ཙོར། འདོན་པ། ཡལ་ག

△ བརྟོད་སྒྲུད། ཡར་མར། དུ་དགོད།

བཅོན་གཉོམ། དགྲ་གྲོགས། དུང་འབྱོག

20. ཉི་འདབས། ལམ་པ། སྒྲང་ཕྱི། ཏ་ལས་པ།
གསུང་སྒྲིང་། བྲིད་མཁན།

21. རི་དུགས། སྒྲན་གང། བཅོངས་གདུགས།
རི་ལུང་། འདབ་ཆགས། ཕྱི་ཤིང་།

22. བྱ་ཚད་། ཉི་ཅེ། སྒོ་བུར། ཟས་བཅད།

སྒྲར་མཇལ། འབུ་རོ།

△ ཉེ་རིང་། ཉིན་མཚན། ཉིན་སྲིབ།

སྒྲིང་སྒྲིང་། རྒྱ་རྒྱལ། དམ་སྒྲིང་།

23. གྲལ་མཚེས། གཞོད་པ། ཐབས་རྒྱལ།

ཐོལ་མེད། མཚུབ་མ། མཉེས་ཚར།

ཅི་ཐབས། བཀའ་འདྲི།

24. སྒྲིན་ནག་སྒྲི་བྲིད། རོ་ལྷག་པ། ལྷམ་པ།

འཛིགས་སྒྲག་སྒྲིག་གཅོད། མནར་གཅོད།

25. བཅོན་པ། གཉོམ་ཆུང་། འཕྲད་པ།

གཤགས། བཀའ་ཞོག་དམའ་ས། མཐོ་ས།

△ དགའ་སྒྲི། འགྲོ་འདུག་རྒྱལ་པམ།

དལ་ལྷུར། ཡག་བཅོག་སྒྲིན་འཕྲི།

